

## SELBSTTEST

**Geben Sie eine Tätigkeit  
oder ein Hobby an**

.....

**Beschreiben Sie die Tätigkeit/  
das Hobby**

Ich .....

Ich habe .....

Ich habe bei ..... *mitgemacht*

### Beschreibung 1

#### Basketballspielen

- Ich spiele gern Basketball und übe viel **mit Freunden**.
- Ich habe sogar Freunde von mir zum Basketballspielen **motiviert**.
- Ich habe außerdem bei einem kleinen Turnier mitgemacht.

Bitte lesen Sie Ihre Eingaben, prüfen diese und formulieren Sie sie um:

**Beschreiben Sie die Tätigkeit / das Hobby ein zweites Mal wie hier:**

Ich kann .....

Ich bin in der Lage .....

Ich weiß wie ..... *mitgemacht*

## JOBLOQ SELBSTTEST

### Erkennen Sie Ihre Kompetenzen

Dies ist ein Test, der Ihnen hilft Ihre Kompetenzen zu erkennen.

Beschreiben Sie Ihre Aktivitäten bitte näher. Stellen Sie sich dazu bitte eine konkrete Situation vor. Was haben Sie genau gemacht? Welche Schritte waren nötig?

Schreiben Sie bitte alle Tätigkeiten auf.

## SELBSTTEST

### Beschreibung 2

#### Basketballspielen

- Ich kann das Spiel innerhalb des Teams **organisieren**.
- Ich bin in der Lage, Spiel-Strategien **zusammen** mit dem Team zu **organisieren** und umzusetzen.
- Ich weiß wie man sich in neuen **Teams anpasst**.

**Bitte lesen Sie Ihre Eingaben, prüfen diese und formulieren Sie sie weiter um:**

*Ich habe gelernt* .....

*Ich habe* .....

*Ich hatte die Verantwortung für* .....

### Beschreibung 3

- Ich habe gelernt, wie man **zusammen** in einem **Team** spielt und sich **organisiert**.
- Ich habe ein kleines **Team** mit Freunden und Nachbarn gegründet.
- Ich hatte die Verantwortung, unser **Team** im Turnier zu **organisieren**.

All diese drei Beschreibungen zeigen Ihre Kompetenzen!

Diese Kompetenzen im Beispiel sind:

**Teamfähigkeit; Organisationsfähigkeit; Motivation**

Beschreiben Sie andere Tätigkeiten auf diese Art, um andere Kompetenzen festzustellen.

Es kann hilfreich sein, mit anderen Menschen (Freunden, Familie, Bekannten) über Ihre Kompetenzen und auch Ihre Bewertung zu sprechen.